居家必用事類全集

居家必用全集癸集目録

憂愁
憎愛
疑惑
陰謀
稽謔
起居
坐卧
櫛髪
着衣

驚恐
視聽
談笑
嘲誚
津唾
行立
沐洗
大小便
天時避忌

居家必用事類癸集目錄終

[illegible]

謹身

[illegible]

凡人壽天元六十地元六十人元六十共一百八十歲精氣不固則天元之壽減矣謀為過當則地元之壽減矣飲食不節則人元之壽減矣當寳嗇而不知所愛當禁忌而不知所避神日以耗病日

以來而壽自以促矣

天元之壽精氣不耗者得之

黃帝曰一陰一陽之謂道偏陰偏陽之謂疾又曰兩者不和若春無秋若冬無夏因而和之是謂聖度聖人不絕和合之道但貴於閉密以守天真也

○素女曰人年二十者四日一泄三十者八日一泄四十者十六日一泄五十者二十日一泄弱者亦須禁止之可依此施泄人年六

士者當閉精勿洩若氣力尚壯盛者亦
不可強忍久而不洩致生癰疾○名醫
論曰思慾無窮所願不得意淫於外爲
白淫而下因是入房太甚宗筋縱弛○
書云男子以精爲主女子以血爲主故
精盛則思室血盛則懷胎若孤陽絕陰
獨陰無陽慾心熾而不遂則陰陽交爭
乍寒乍熱久而爲勞精瘡發於陰壞劉守真因病得
之欲洩而不可洩也與紀韓女病腰背
痛寒熱倉公曰病得之欲男而不可得

也

[illegible] 齊大夫褚澄曰羸女則養血宜
及時而嫁弱男則節色宜待壯而婚○
書云男破陽太早則傷其精氣女破陰
太早則傷其血脉

[illegible] 彭祖曰美色妖麗嬌妾盈房以
致虛損之禍知此可以長生陰符經曰
淫聲美色破骨之斧鋸也世之人若不
能秉靈燭以照迷情持慧劍以割愛欲

則流浪生死之海害生於恩也莊子曰

嗜慾深則天機淺

素問曰因而強力腎氣乃傷高骨乃壞註云強力入房也強力入房則精氣精耗則腎傷腎傷則髓氣內枯腰痛不能俛仰○書云陰痿不能快慾強服丹石以助陽腎水枯竭心火如焚五臟乾燥消渴立至延壽書曰火水成爲不能成盛火濟傷強

勉房勞者成精極體瘦尪羸驚悸夢泄

遺瀝便濁陰痿小腹裏急面黑耳聾真人曰養性之道莫強所不思之力不勝強能其齒搖抱朴子曰才不逮強本夫飲食所以牵之傷世甚矣強之一字真我生代壽之不疾以害其身况慾乎慾而強養生者也然使醉而強酒飽而強食未有元精去元神離元氣散戒之

[seal]昔六飽食過度房室勞損血氣流溢滲入大傷時便清血腹痛病名腸澼○大醉入房氣竭肝傷丈夫則精液衰少陰痿不起女子則月事衰微惡血淹留生惡瘡忿怒中盡力房事精虛氣

節發爲癱瘓恐懼中入房陰陽偏虛發
厥自汗盜汗積而成勞○已行疲乏入
房爲五勞虛損○月事未絕而交接生
白駁又冷氣入　面發黃不產○金
瘡未愈而交會動於血氣令瘡敗壞○
忍小便入房者得淋莖中痛面失血色
或致胞轉臍下急痛死○服腦麝入房
者關竅開通真氣走散重則虛眩輕則腦瀉入房
汗出中風爲勞風○赤目當房忌事免

[illegible]障時病未復犯者古出數十死

慾宜節 孫真人曰大寒與大熱且莫貪色慾〇書云凡大風大雨大霧雷電霹靂日月薄蝕虹霓地動天地昏冥日月星辰之下神廟寺觀之中井竈圊厠之側塚墓屍柩之傍皆所不可若犯女則損人神若此時受胎非止百倍損於父母生子不仁不孝多疾不壽唐魏證令人勿犯長命及諸神降日犯淫者促壽

乃保命訣所載朔日減一紀○望日減

十年晦日減一年○初八上弦○二十

三下弦○三元減五年○二分二至二

社各減四年○庚申甲子本命減二年

○正月初二萬神都會○十四十六三

官降○二月二日萬神會○三月初九

日牛鬼神降祀者百日中惡○四月初

四萬佛善會祀之失瘖○初八日夜善

惡童子降祀者血死○五月三箇五日

六日七日爲九毒每日犯者不過三年○十月初十夜西天王降犯之一年死○十一月二十五日掠剩大夫降犯之短命○十二月初七夜犯之惡病死○二十日天師相交行道犯之促壽○每月二十八　人神在陰○四月十月陰絕用事○已上日辰犯淫且不可况婚姻乎按庚申日吉人多犯天數令人不終天年何則以其罔知避慎情忽血室犯禁忌陰司減其壽筭雖及百歲皆戕何人哉留王孟果納張麗華於觀

側一夕迅雷電火張氏須道士李巻巾
於上元夜見殿上有朱順衣冠之士面
北極立殿下羅列羣人有女子甚若白
其問事何卿日此張麗華也昔寵幸於
此袁憲高貞致以是覘之
天之誡禁忌不可犯也

建平孝王妃姬等皆麗無子擇
良家未笄女入内又無子問褚澄曰求
男有道乎澄曰合男女必當其年男雖
十六而精通必三十而娶女雖十四而
天癸至必二十而嫁皆須陰陽完實然
後交合合而孕孕而育育而子壯強壽

令也不然此王之所以無子也王曰善未再期生六男〇書云丈夫勞傷過度腎經不暖精滑如水精冷如氷精泄聚而不射皆令無子近納日此精氣傷敗女人勞傷血氣或月候愆期或赤白帶下致陰陽之氣不和又將理失宜飲食不節乘風取冷風冷之氣乘其經血結於子臟皆令無子〇月候一日至三日子門開交則有子過四日則閉而無子又經後一

日三日五日受胎者皆男二日四日六
日受胎者皆女過六日胎不成○麥霄
花凡居忌種此婦人聞其氣不孕

妊娠所忌

齐書云一月足厥陰肝養血不
可縱怒疲極筋力冒觸邪風二月足少
陽膽合於肝不可驚動三月手心主右
腎養精不可縱慾悲哀觸冒寒冷四月
手少陽三焦合腎不可勞逸五月足太
陰脾養肉不可妄思飢飽觸冒卑濕六

月足陽明胃合脾不可雜食七月手太陰肺養皮毛不可憂鬱叫呼八月手陽明大腸合肺以養氣勿食燥物九月足少陰腎養骨不可懷恐房勞觸冒生冷十月足太陽膀胱合腎以太陽為諸陽主氣使兒脉縷皆成六腑調暢與母分氣神氣各全俟時而生所以不說心者以心為五臟主如帝王不可有為也若將理得宜無傷胎臟又每月不可針灸

真經如或惡食但以所思物與之食必愈所忌之物見食物門中天公胎教云毋常居淨室多聽矢言講論詩書陳說禮樂不聽惡言不視惡事不起邪念令生男女福壽敦厚忠孝兩全演山翁云成胎後父母不能禁慾已為不可又臨產行淫致其子頭戴白被而出病夭之端也

兒驚忌書云兒未能行毋更有娠兒飲

妊乳必作匙病黄瘦骨立發熱髮落○小兒多因缺乳喫物太早又母喜嚼食餵之致生腑病羸瘦腹大髮竪萎困○養子直訣云喫熱莫喫冷喫軟莫喫硬喫少莫喫多[illegible]○書云母淚勿墮子目中令目破生翳○瑣碎錄云小兒勿令指月生月蝕瘡勿令就瓢及瓶中飲水令語訥又衣服不可夜露

地元之壽起居有常者得之

淮南子曰大喜墜陽唐柳公度年八十餘步履輕健盛求其術曰吾無術但未常以元氣佐喜怒氣海常温耳

淮南子曰大怒破陰昔賢詩曰怒氣劇炎火焚和徒自傷觸來勿與競事過心清涼書云大怒傷目令人目暗多怒百脉不定鬢髮憔焦筋萎爲勞藥力不及苟飽腹心易志可以得生當食暴嗔令人神驚夜夢飛揚

【悲哀】書曰悲哀太甚則胞絡絕而陽氣內動發則心下潰溲數血也○悲哀動中則傷魂魂傷則狂妄不精久而愈縮拘攣兩脇痛不舉

【思慮】彭祖曰凡人不能無思當漸漸除之人身虛無但有遊氣氣息得理百病不生道不在煩但能不思衣食不思聲色不思勝負不思得失不思榮辱心不勞神不極但爾可得延年謀為過當飲食

不節甚食成大患也

[illegible]書云憂久傷肺氣閉塞而不行○遇事而憂不止遂成肺勞胸膈逆滿氣從胸達背隱痛不已○女人憂思哭泣令陰陽氣結月水時少時多內熱苦渴色惡肌枯黑

[illegible]淮南子曰大怖生狂書云驚則心無所倚神無所歸慮無所定氣乃乱矣大恐傷腎恐不除則志傷恍惚不樂非長

生之道臨危冒險則魂飛戲任貪異獸則神恐○驚恐憂思內傷臟腑氣逆於上則吐血也

憎愛 淮南子曰好憎者使人心勞弗疾去其志氣日耗所以不能終其壽○憎愛損性傷神心有所憎不用深憎常運心於物平等心有所愛不用深愛如覓偏頗尋即改正不然損性傷神

視聽 孫真人曰極目遠視夜讀註疏久居

煙火博奕不休飲酒不已熱食麪食抄寫多年雕鏤細巧房室不節泣淚過多刺頭出血迎風追獸夜明之由書云心之神發乎目久視則傷心腎之精發乎耳久聽則傷腎

國史補云李蟠常疑遇毒鎖井而飲藥府也為外物所中終身不痊多疑成病之本也昔有飲廣客酒者壁有雕弓影落盃中客疑蛇也歸而疾作後飲

其地始知弓也遂愈又僧人入塔室路
破生茄疑爲物命念念不釋夜有扣門
索命者僧約明日薦拔天明視之茄也
疑之爲害如此

[illegible]書云談笑以惜精氣爲本多笑則腎
轉腰痛○多笑則神傷神傷則悒悒不
樂恍惚不寧○多笑則臟傷臟傷則臍
腹痛久爲氣損○行語令人失氣語多
須住乃語

盧多遜貶朱崖李符白趙普曰朱崖雖在海外水土不甚惡春州近在內地至者無生還宜以多遜改竄春州外示含容寬貸而實置之必死之地普不答後符坐事貶出上更欲貶嶺外普遂白上以符知春州到任而卒

王景亮與鄰里仕族浮薄子數人結為一社純事嘲誚士大夫無問賢否一經諸人之目無有不被不雅之名者嘗

時號其里曰豬觜關元祐間呂惠卿察
訪京東呂天資清瘦無說話輒以雙手
指劃社人目爲說法馬留時邵箎以上
殿泄氣出知東平邵高鼻鬈髯社人目
爲泄氣獅子韓景亮又湊爲七字對曰說
法馬留爲察訪泄氣獅子作知州惠卿
聞之諷部使者發以他事舉杜蘁
竹矣

劉貢父博學有俊才而滑稽善謔多

所忤犯人嫉之貢父乃以自誇也臺官馬默常劾其輕薄不當置在文館貢父聞之遽言曰既是馬默豈合驢鳴其所以口給者類如此晚年得惡疾鬚眉墜落鼻梁斷壞苦不可言一日與東坡會飲各引古人一聯相戲子瞻遽言曰大風起兮眉飛揚安得猛士兮守鼻梁坐中大噱貢父但感愴而已

書云咽者溢為醴泉聚流為華池府

散為津液降為甘露溉臟潤身宣通百脉化養萬神肢節毛髮堅固長春○人骨節中有涎所以轉動滑利中風則涎上潮咽喉裏響以藥壓下俾歸骨節可也若吐其涎時間快意枯人手足縱活亦為廢人小兒驚風亦不可吐涎風涎則不急寒[illegible]此

起居

書云起居不節用力過度則絡脉傷傷陽則衄傷陰則下○其勞則喘息汗

出損血耗氣

【行立】書云久行傷筋勞於肝久立傷骨損於腎○養生云行不疾步立不至疲立不背日○眞人云夜行常啄齒殺鬼邪○書云行汗勿跂床懸脚久成血痺足痛腰疼○大霧不宜遠行行宜飲少酒從禦障

【坐臥】書云久坐傷肉久臥傷氣坐勿背日勿當風濕成勞坐臥於塚墓之傍精神

自散〇寢不得言語五臟如懸磬不懸
不可發聲〇臥不可戲將筆墨畫其面
魂不歸軆〇臥魘不語是魂魄外遊為
邪所執宜暗喚忌以火照則神魂不入
乃至死於燈前魘者本由明出不忌火
不宜近喚及急喚亦喜失神魂也隱居
云臥處須當傍炉歇烘焙衣衾常損人
書云新沐髮勿令當風勿濕縈
髻勿濕頭臥令人頭風眩悶及生白屑

髮落面黑齒痛耳聾○女人月事來不可洗頭或因感疾終不可治○飲湯經宿洗頭成癖洗面無光作甑畦瘡○閑覽云目疾切忌浴令人目盲白彥良常患赤眼目疾七日但能不浴頭一月不病並彥良記之七十餘更無復病眞人曰髮多櫛去風明目不死之道也又曰頭髮梳百度○玄樂詩云髮是血之餘一日一次梳通血脉散風濕書云忌尿不便成五淋膝冷成痺

忍大便成五痔○努小便足膝冷呼氣

努大便腰疼目澁

[illegible]昔云春末未泮衣欲下厚上薄養陽

收陰繼世長生○大汗偏脫衣得偏風

半身不遂○醉酒汗出脫衣靴鞋當風

取凉成脚氣○瑣碎録云若要安樂不

脫不着

[illegible]內經云陽出則出陽入則入無

擾筋骨無見霧露違此三時形乃困薄

○眞人曰在家在外忽逢大風暴雨震雷昏霧皆是諸龍鬼神經過宜入室燒香靜坐以避之過後方出吉不爾殺人

○書忌云朔不可哭晦不可歌招凶

四時調神內經云春爲痿厥奉生者少春三月此謂發陳夜臥早起生而勿殺逆之則傷肝夏爲寒變奉長者少夏四月此謂蕃秀夜臥早起使志無怒使氣得泄逆之則傷心秋爲痎瘧奉壯者少秋

三月此謂容平早臥早起使志安寧逆之則傷肺冬為飱泄奉藏者少冬三月此謂閉藏水氷地拆無擾乎陽早臥晚起必待日光去寒就温毋泄皮膚逆之則傷腎

晨起書云早出含煨生薑少許避瘴開胃又旦起空腹不用見屍臭氣入鼻舌白起口臭欲見宜飲少酒〇真人曰平明欲起時下牀先左脚一日無災咎

去邪兼辟惡如能七星步令人長壽樂○且無嗔恚暮無大醉勿遠行○昔云夜行用手捺髮則精邪不敢近常啄齒殺鬼邪○夜臥二足屈伸不並無夢泄有救入廣者日朝不可虛暮不可實令氣謂不齊不潔入廟也遇神廟無輕入入必恭謹不宜恣視古○忽見光怪變異之物強抑勿怪吉伊川官廨多妖有報曰鬼使搖扇曰他熱故爾又報曰鬼打鼓曰以槌

與之范文正讀書存李夜夜大面之准近之范以筆書其面目次面非常大唯歎包仲淹二公之見惟自裁可為法不以惟憂脂油燃燈人神不安在血光之下○凡刀刃所傷切勿飲水令血不止而死若血不止急以布蘸熱湯盦之或冷水浸之嚼茶葉止血

姚

人元之壽飲食有度者得之

淮南子曰五味亂口使口爽傷臧也○

陶隱居士云五味偏多不益人恐隨臟

脈成故夕多[illegible]而[illegible]其下[illegible]自然之[illegible]

[illegible]胃[illegible]不久當爲患也

賁酸多傷脾肉𦛗而唇揭故春七十二日省酸增甘以養脾氣曲直作酸肉屬木脾主肉屬土木克土也鹹多傷心血澀而變色故冬七十二日省鹹增苦以養心氣潤下作鹹屬水心主血屬火水克火也甘多損腎骨痛而齒落故季月各十八日省甘增鹹以養腎氣稼穡作甘屬土腎主骨屬水土克水也多傷肺皮槁而毛落故夏七十二日省苦增辛以

養肺氣炎上作苦屬火則主皮毛屬金火克金也辛多傷肝筋急而爪枯故秋七十二日省辛增酸以養肝氣從革作辛屬金肝主筋屬木金克木也

飲食

書云善養性者先渴而飲飲不過多多則損氣渴則傷血先飢而食食不過飽飽則傷神飢則傷胃○飲食務取益人者仍節儉為佳若過多爲膨亨短氣便成疾○飲食於露天飛絲墮其中食之咽喉生泡飲食收器中宜下小而上大

若覆之不密恐鼠欲竊食而不可環器墮涎食者得黃病通身如蠟針藥不療○飲食以銅器蓋之汗若入內食者發惡瘡肉疽○空心茶宜戒卯時酒申後飯宜少○太宗謂宰相曰朕每日所為自有常節飲食不過度行之已久甚覺有力老子云我命在我不在天全在人之調適卿等亦當加意毋自輕攝養也○陶隱居士云何必餐霞服大藥妄意

延年等龜鶴但於飲食嗜慾中去其甚者將安樂〇漿水按本草味甘酸微溫無毒調中引氣開胃止渴強力通關治霍亂洩痢消宿食解煩去睡調理臟腑治嘔噦白人肌膚如繒帛為人常用故不齒其功〇本草云酒飲之体軟神昏是其有毒也損益兼行〇扁鵲云久飲常過腐腸爛胃潰髓蒸筋傷神損壽[illegible]
訪問頭頭出黃酒二石頭飲石二客飲
八斗灰那頭無所害酒量獨包客也死

針補之害腸巴出腐巴宜非量過而犯為酗之戒飲飲白酒食

牛肉生蟲酒漿照人無影不可飲不可

合乳汁飲令人氣結祭酒自耗者殺人

酒後食芥辣物多則緩人筋骨臥黍穰

食豬肉患大風凡中藥毒及一切毒從

酒得者難治酒性行血脈流遍身體也

○書云飲酒醉未醒大渴飲冷水又飲

茶被酒引入腎臟為停毒之水腰腳重

腿膀胱冷氣兼患水腫消渴攣痺○酒

醉當風以扇扇之惡風成紫癜又醉酒吐罷便飲水作消渴〇本草茶飲者宜熱宜少不飲尤佳久食去人脂令人瘦下焦虗冷惟飽食後一二盞不妨消渴也飢則尤不宜令人不眠全非食身重書云將鹽點茶引賊入家恐傷腎也〇飲水勿急咽久成氣病〇粥後飲白湯為淋為停濕〇陶隱居士云食戒欲麤并欲速寧可少食相接續莫教一飽頓

攻腸損氣傷心非爾福○養生云美食須宜嚼生肉不須吞○食炙㷔宜待冷不然傷血脈損齒○書云人汗入肉食之作丁瘡○食諸獸自死肉生丁瘡○應居云生冷粘膩筋靭物自死牲牢皆勿食饅頭閉氣勿過多生脂偏招脾胃疾鮓醬胎卵皆油膩陳臭淹藏盡陰類老人朝暮更飡之是借寇兵無以異瑣碎錄云饅頭閉氣梅血湯以破之包子包氣醋以破之○書云夜半

之食宜戒申酉前晚食為宜

食物 物之無益而有損常人猶不可多食況病人當避忌者乎此書所載凡物之有益而無損者不書或損益相半者則書其損而不書其益

[illegible] 生棗損脾脾動臟腑生荔枝煩渴衂血乳相冷脾發痼疾杏子双仁者殺人桃花六出者双仁噉李子勿食雀肉李子不沉者有毒金瘡人產婦勿食梨林檎

多食若生瘡癬水氣人勿食栗子螃蟹
蒲萄酒過昏人眼○甜瓜沉水者殺人
雙蒂者亦然○食未成果發癰癤

米穀

生米戲食為米瘕○蕎麥久食動風
氣和豬肉食脫眉鬚○食白粥勿食杏
仁○食陳米令人泄瀉○赤小豆燥津
液身重○青小豆勿以鮓食○合醬當
用黑豆腐多食動風氣

菜蔬

茄子損胃發痼疾芋頭多食發宿病

生葱與蜜食下痢薤肥人食引瀉痢四月八月勿食蒜○食萱草動風如醉五月五日勿食菜芥菜同兔肉食成惡病生青菜病瘥後食手足青腫萵苣久食昏人目黃瓜患腳氣勿食瓠子發氣疾蕨芹令人吐水芹赤色者害人蕈菜性滑發痔瘡

雞肉過宿藏不密蜈蚣必集不再煑而食為害非輕野鴨勿與胡桃木耳同

食鵞鴨肉食之患大風鷄鴿雖益臧藥

力凡禽自死口不閉勿食

猪腎虛腎氣少了〇猪脂作燈暗人

目〇膏忌烏梅〇猪腦傷陽事不舉〇

猪肉用薑發大風〇羊不醬同食生癩

〇桑柴炙羊肉食生寸白蟲〇羊肝生

椒傷五臟〇馬肉自死者殺人〇馬肉

同倉米食發病〇馬肉忌麋鹿同食〇

驢肉動風脂尤甚〇兔合雞肉發虛黄

○祭肉無故自動者煑不熟者自死無傷者皆殺人○諸心損心○諸血損血

鱉肉與莧菜同食生鱉瘕○鱉肉與雞子同食惡病死○鱉目陷三足者有王字者殺人○鱉腹下有蛇紋者勿食○魚膾乳酪患息痢鯽魚麥醬咽喉瘡○白魚泥心瘡癬人不可食魚子與芥菜同食水腫○魚子合豬肝食惡病○黃顙魚合荊芥食吐血犯者以地漿解

○魚赤目赤鬚者殺人鮓冉石人不可食○鮓有頭髮誤食殺人○鮓合乾筍食癱瘓○河豘脩治不如法殺人烏賊魚久食主無子○黑魚水厭焚脩者忌之○鰻鱺雖補而治勞魚油燃燈炯盲人○鯉魚發癩全鯉發癰蟹未被霜者有毒○鱉發風動氣瘡癬○螺大寒不可常食蜆子多食令口乾蜆發嗽冷氣消腎○蟶天行後不可食龜黑者常歠

蛇不可食

【蜫】蚕七月勿食發霍亂〇白花蛇用之去頭尾換酒浸三日棄酒不用火炙仍令去皮骨此物毒甚不可不防〇蛇不可以刀斷頭必回傷人名曰蛇箭〇蛤蚧其毒在眼其功在尾尾全為佳〇水蛭乾者冬月猪脂煎令黄乃堪用腹有子去之此物極難死火炙經年得水猶活〇石蛭頭尖腰大不可樂用誤用令

人目中生烟不已漸致枯損不可不下

○蚕沙煑酒色清味美能療疾

食兎肉令子缺脣○食雞子令子多瘡○食䱇魚令子胎疾○食鱉肉令子項短○食田雞令兒倒出○食乾魚令兒多病○食螃蠏令兒橫生○食鮭鮝令兒胎蛆○食雀肉飲酒令兒心婬情亂

三元參贊延壽之書畢

修養秘論

雲笈七籤經載

總論 夫人稟二儀之氣成四大之形愚智貴賤則別好養貪生不異貧迫者力微而不達富貴者侮傲而難持性愚者未悟於全生識智者或先於名利自非至真之士何能保養生之理哉其有輕薄之倫亦有矯情冒俗口誦其事行已違之不能行者不喻晦朔即希長壽此亦

兆矣是以達人知富貴之驕傲故屈迹
而下人知名利之敗身故割情而去欲
知酒色之傷命故量事而樽節知喜怒
之損性故豁情以寬心知思慮之銷
神故損情而內守知語煩之侵氣故閉
口而忘言知哀樂之損壽故抑之而不
有知情慾之竊命故忍之而不為若加
之寒溫適時起居有節滋味無爽調息
有方精氣補於泥丸魂魄守藏和神保

氣吐故納新嗜慾無以干其心邪不能敗其性此則持身之上品安有不延年者

[illegible]

軟蒸飯爛煮肉溫羹湯厚氊徐小飲酒惺惺宿緩緩行雙拳曲虛其心實其腹喪其耳忘其目久久行金丹熟

服玉泉法

去三尸堅髮齒除百病玉泉者舌下兩脉津液是也每日起坐

瞑目絕慮叩齒二七遍嗽令滿口乃吞之以意送至臍下氣海一七遍經久自然如流水瀝瀝下坎澗之聲若此則百脉和暢故黃庭經云玉池清水灌雲根是也

修養 乾坤澄靜子後午前閉目平坐握固冥然（握固是將大指以二三四指握之）叩齒叢神合睟固閑冥心放縱任意往還○百日耳中有金鐘聲二百日夜間眼有先

或見如月月金花之類三百日腦中有霹靂聲如此則心珠將成切勿驚亂啓之養之見此景象却急尋師商確要訣火出丹故也彷彿火候每晦朔弦望及望及晦朔前後各凝神調息絕欲食不○常以手按眉後小孔三九過又以手心及指摩兩目下顴上以手提耳四十過摩令微熱又以手逆乘額三九過從眉中殆上行入髮際口中咽津無數也如此常行目即清明一年可夜

其行之不已所益不可言也

[illegible]譙國華佗善養性弟子廣陵吳
普彭城樊阿授術於佗佗常語普曰人
體欲得勞動但不當使極耳人身常搖
動則谷氣消血脈流通病不生譬猶戶
樞不朽是也

[illegible]我命在我不在於天但愚人
不能知此道為生命之要所以致百病
風邪者皆由恣意極情不知自惜故虛

而生也譬如枯朽之木遇風即折將崩之岸値水先頽今若不能服藥但知愛精節情亦得延壽也

聖人休休焉則平易矣平易則恬惔矣平易恬惔則憂患不能入邪氣不能襲故其德全而神不虧

眼者身之鏡耳者体之牖視多則鏡昏聽多則牖閉面者神之庭髮者腦之華心悲則面焦腦減則髮素所以精元

內喪其津損竭也精者体之神明身之寳勞多則精散營竟則明消所以老隨氣落耄已及之

養性要 學道之人聊且均調喜怒之情雖有喜勿至濫動湛然之性雖有怒勿乇結鼎浩然之氣

[illegible] 世人不察唯五穀嗜聲色是[illegible]目或玄黃耳務淫哇滋味煎其臟腑醴醪煮其腸胃香芬腐其骨髓喜怒悖

其正氣思慮消其精神哀樂殃其平粹人以蕞爾之軀攻之者非一途易竭之身而內外受敵身非木石其能久乎

晦庵調息箴云 鼻端有白我其觀之隨時隨處容與猗移靜極而噓如春沼魚動已而吸如百蟲蟄氣開闔其妙無窮孰其尸之不宰之功雲外天行非予敢議守一處和千二百歲

靈劍子訣曰 神養於氣氣會於神神氣

不散是謂修真氣清則神暢氣濁則神
昏氣亂則神勞氣衰則神去人以氣為
道道以氣為主凡人一日一夜一萬三
千五百二十息未嘗休息也藏之一息
則寒加之一息則熱臟腑不和諸疾生
焉故元氣在保養穀神在守護〇常默
元氣不傷少思慧燭內光不怒百神安
暢不惱心地清凉〇一面之上常欲兩
手摩之高下皆熱令人面有光澤行之

至五年色如處子所謂山林氣常盈也

戒酒色 上元夫人謂漢武帝曰汝好道乎動而不獲實有由也汝胎性暴胎性淫胎性奢胎性酷胎性賊暴則使氣奔而攻神是故擾而氣竭淫則使精漏而魂疲是故精竭而魂消奔則使貞雜而魄穢是故命逝而靈臭酷則使喪仁而攻目是故失仁而眼亂賊則使心鬪而口乾內戰而外絕此五事皆是截身

之刀鋸劊命之斧斤雖復志好長生不能遣茲五難亦何為損性而自勞乎去諸滋養汝神放諸奢處至儉勤齋戒節飲食絕五穀去臭腥鳴天鼓飲玉漿蕩華池叩金梁按而行之當有異耳

警心

虛靖天師頌曰

人之一性　湛然圓寂　涉境對動

種種皆妄　一念失正　即是地獄

敬誦斯文　髮立汗下　煨盡心火
馴服氣焉　既以自鏡　且告迷者

太上曰禍福無門惟人自召善惡之報如影隨形是以天地有司過之神依人所犯輕重以奪人算算減則貧耗多逢憂患人皆惡之刑禍隨之吉慶避之惡星災之算盡則死又有三台北斗神君在人頭上録人罪惡奪其紀算又有三尸神在人身中每到庚申日輙上詣天曹

言人罪過月晦之日竈神亦然凡人有過大則奪紀小則奪筭其過大小有數百事欲求長生者先須避之是道則進非道則退不履邪徑不欺暗室積德累功慈心於物忠孝友悌正己化人矜孤卹寡敬老懷幼昆虫草木猶不可傷宜憫人之凶樂人之善濟人之急救人之危見人之得如己之得見人之失如己之失不彰人短不衒己長遏惡揚善推

多取多推少取少受辱不怨受寵若驚施恩不求報與人不追悔所謂善人人皆敬之天道祐之福祿隨之衆邪遠之神靈衛之所作必成神仙可冀若求天仙者立一千三百善欲求地仙者當立三百善苟或非義而動背理而行以惡為能忍作殘害陰賊良善暗侮君親慢其先生叛其所事誑諸無識謗諸同學虛誣詐偽攻訐宗親剛強不仁狠戾自

用是非不當向背乖宜虐下取功諂上
希旨受恩不感念怨不休輕蔑天民擾
亂國政賞及非義刑及無辜殺人取財
傾人取位誅降戮服貶正排賢凌孤逼
寡棄法受賂以直為曲以曲為直入輕
為重見殺加怒知過不改知善不為自
罪引他壅塞方術訕謗聖賢侵凌道德
射飛逐走發蟄驚棲填穴覆巢傷胎破
卵願人有失毀人成功危人自安減人

自益以惡易好以私廢公竊人之能蔽人之善形人之醜訐人之私耗人貨財離人骨肉侵人所愛取人為非逞志作威辱人求勝敗人苗稼破人婚姻苟富而驕苟免無恥認恩推過嫁禍賣惡沽買虛譽包貯險心挫人所長護己所短乘威迫脅縱暴殺傷無故剪裁非禮烹宰撒棄五穀勞擾眾生破人之家取其財寶決水放火以害居民紊亂規模以

敗人功損人器物以窮人用見他榮貴
願他流貶見他富有願他破散見他色
美起心私之負他損財願他身死干求
不遂便即呪恨見他失便便說他過見
他体相不具而笑之見他才能可稱而
抑之埋蠱厭人用藥殺樹恚怒師傅抵
觸父兄強取強求好侵好奪虜掠至富
巧詐求遷賞罰不平逸樂過節苛虐其
下恐嚇於他怨天尤人訶風罵雨鬬合

争訟妄逐朋黨用妻妾語違父母訓得新忘故口是心非貪冐於財欺罔其上造作惡語讒毀平人毀人稱直罵神稱正棄順效逆背親向疎指天地以證鄙懷引神明而鑑猥事施與後悔假借不還分外營求力上施設淫慾過度心毒貌慈穢食餧人左道惑衆短尺狹度輕秤小升以偽雜真採取姦利壓良為賤謾驀愚人貪婪無厭呪詛求直嗜酒悖

亂骨肉忿争男不忠良女不柔順不和
其室不敬其夫每好矜誇常行妬忌無
行於妻子失禮於舅姑輕慢先靈違逆
上命作爲無益懷挾外心自呪呪他偏
邪憎愛越井越竈跳食跳人損子墮胎
行多隱僻晦臘歌舞朔旦號怒對北涕
唾及溺對竈吟咏及哭又以竈火燒香
穢柴作食夜起裸露八節行刑唾流星
指虹霓輒指三光久視日月春月燎獵

對此惡罵無故殺龜打蛇如是等罪司
命隨其輕重奪其紀算算盡則死死有
餘責乃殃及子孫又諸橫取人財者乃
計其妻子家口以當之漸至死喪若不
死喪則有水火盜賊遺亡器物疾病口
舌諸事以當妄取之直又枉殺人者是
易刀兵而相殺也取非義之財譬如漏
脯救飢鴆酒止渴非不暫飽死亦及之
夫心起於善善雖未為而吉神已隨之

或心起於惡惡雖未為而凶神已隨之其有曾行惡事後自改悔諸惡莫作衆善奉行久久必獲吉慶所謂轉禍為福也故吉人語善視善行善一日有三善三年天必降之福凶人語惡視惡行惡一日有三惡三年天必降之禍胡不勉而行之

諸惡莫作　衆善奉行

昔峨眉令秦議郎王湘紹興辛巳

歲□觀此篇焚香誓行數十事後氣疾
昏悶殊絕更衣而臥男女環泣竟身在
半空聞哭聲微如蜂蠅少頃有人云王
湘方欲行感應篇真樂善者且速放還
尸而遂甦（）遂寧府司虎同獲此篇日
遂觀閱又好與人演說紹興二十一年
二月二十一日暴死經日還魂謂妻曰
有人追在陰司見庭下皆立藍縷人各
有力士執州府旗號呂押虎被驅立于

其下傾形左右半是鄉里餓死者心甚恐怖俄頃呼至殿下瞻殿上坐者如人間畫星官像呼篆諭曰汝本在餓鬼籍中以汝欽奉太上感應篇為人演說汝雖欲行未及一二然聞而回心為善者多亦有行持而證仙果者因汝之功今一槩追至已改注壽祿籍訖放還之後堅固善心可證大道不復來此矣

淮海蔡氏集

大無不同貪生畏死人與物同也愛戀親屬人與物同也當殺戮而痛苦人與物同也所以不同者人有知物則無知人能言物則不能言人之力強物之力則微弱人以其無智不能自蔽其身以其不能言而不能告訴以其力之微弱不能勝我因謂物之受生與我輕重不等遂殺而食之凡一飲一食不得肉則不美至於辦一食又不止殺一物也食鵪

鴿鶉雀者殺十餘命方得一羹食蝦蛤
蝦蜆者殺百餘命方得一羹又有好美
味求適意者則不止撮現在之物順乎
常之理殺而食之或驅使奴隷遠致異
品或畜養雞魚犬彘擇肥而旋殺生蟹
投糟欲其味入鱣魚造膾欲有經紋聚
炭燒蚌環火逼羊開腹取胎刺喉瀝血
作計烹煎巧意鬪飣食之既飽則揚揚
自得少不如意則怒罵庖者嗟乎慣習

成俗見聞久慣以為飲食合當如此而不以為怪深思痛念良可驚懼孫令俞偉撰

殺生愛惜命

經云一切畏刀杖無不愛壽命故王克殺羊羊奔客而告訴鄒文立殺鹿鹿跪而流淚驚禽投案請命於魏君窮獸入廬求生於區氏近者沈遵內翰通判江寧府時廚中殺羊羊忽失其刀竟之乃見羊銜刀而藏之牆下周豫

學士嘗煮鱔見有鞠身向上而以首尾就湯者剖之見腹中有子乃知鞠身避湯者以愛子之故楊傑提刑遊明州育王山因晝臥夢有婦女十數人執紙若有所訴容遣人往視行厨果得蛤蜊十數枚訴者乃蛤蜊求生也有生愛戀其情如此當其被擒執時前見刀杖乞生無由旁見親聚欲戀不得飽苦就終銜悲向盡既受屠割復入鼎鑊種種痛苦

徹入骨髓當此之時彼心如何今人或
為湯火所傷或為針刀誤傷手足痛已
难忍必號呼求救至暫時頭昏腹痛或
小可疾病便須呼醫買藥百端救療於
我自身愛惜如此至於殺物則恣意屠
宰不生憐憫未論佛法明有戒勸未論
天理明有報應看不仁不恕惟知愛身
不知愛物亦非君子長者之所當為也
請觀物情當念衆生不可不戒不可不

戒知縣俞偉撰

范文正公義田記

范文正公蘇人也平生好施與擇其親而貧疏而賢者咸施之方貴顯時於其里中買負郭常稔之田千畝號曰義田以養群族之人日有食歲有衣嫁娶凶葬皆有贍擇族之長而賢者一人主其計而時其出納焉日食人米一升歲衣人一縑嫁女者錢五十千娶婦者錢二十千再嫁者錢三十千

再娶者十五千葬者如再嫁之數葬幼者十千族之聚者九十口歲入粳稻八百斛以其所出給其所聚霈然有餘而無窮仕而家居俟代者預焉仕而之官者罷其給此其大較也初公之未貴顯也嘗有志於是矣而力之未逮者二十年既而西帥以至於參大政於是始有祿賜之入終其志公既沒後世子孫至今修其業承其志如公存也公雖位充

祿厚而貧終其身既沒之日身無以為斂子無以為喪惟以拯貧活族之仁遺其子而已公之忠義滿朝廷事業滿邊鄙功名滿天下後必有良史者書之予無可書也獨書其義田以諗於世云公諱仲淹字希文嘉祐四年八月十日晉陵錢公輔記

竇諫議錄

竇禹鈞范陽人生五子儀儼侃偁僖儀禮部尚書儼禮部侍郎皆

為翰林學士侃左補闕僩左諫議大夫參知政事儔起居郎初禹錫家豐厚年二十無子夜夢祖考謂曰爾早修行緣爾無子又壽不永禹錫爲諾禹錫爲人素長者先有家僮盜用房錢二百千慮事覺有女年十二三自寫券繫女臂云永賣此女與本宅償所負錢自是遠遁禹錫見而憐之即焚其券以其女囑妻曰善撫養之既笄復以二百千擇良配

得所歸後僕聞之乃歸感泣訴以前罪爲鈞不問由是父子圓和鈞像晨與祝壽同宗外姻有喪不能葬公爲出錢塟之因公而葬者凡二十七喪凡女貧不能嫁者公爲出錢嫁之因公而嫁者凡二十八人故舊相知與公有一日之雅遇其窘困必擇其子弟可委以財者隨多寡貸以金帛俾之興販由公活者數十家四方賢士賴公舉者不可勝數

公每歲量所入除伏臘供給外皆以濟人之急家惟儉素器無金玉之飾室無衣帛之妾於宅南建書院四十間聚書數千卷禮文行之儒延致師席凡四方孤寒之士無供須者公咸為出之無問識不識有志為學者聽其自至故其子見聞益博由公之門登貴仕者前後接踵來拜公之門必命左右扶公坐受及公之亡蒙恩深者有持心喪三年以報

遺德公之祖考既夢以告無子請促後十年復夢告之曰汝三十年前實無子且無祿我嘗告汝汝今數年以來名掛天曹陰府以汝三世陰德特延壽三紀賜汝二子各榮顯仍以福而終後當留洞天先生與人併言訖復謂曰陰陽之理大抵不易善惡之應或發於見世或在後世不生天綱恢恢疎而不漏此無疑者矣余悉積陰功年八十二別親戚談笑而逝世

稱教子者必曰燕山竇十郎云仲淹祖
與之為故人竇書其事于冊以示子孫
惜乎不傳于天下故錄以示好善者庶
見陰陽報應之理使惡者知所戒焉馮
瀛王道贈公詩云燕山竇十郎教子有
義方靈椿一株老丹桂五枝芳參政范
仲淹記

[illegible]

二宋少時同在學舍有胡僧
相之曰小宋他日魁天下大宋亦不失

甲科後十年胡僧復至執大宋手而驚曰公陰德文見於面如活數百萬人命者大宋笑曰寒儒豈能活人命僧曰不然蠢動之物皆命也大宋沉吟久之曰旬日前堂下有蟻穴為暴雨所侵群蟻繚繞穴傍戲編竹橋以渡之僧曰是也小宋今歲當首捷然公不出小宋之下比唱名第小宋果中魁選章憲太后臨朝謂弟不可先兄乃以大宋郊為第一

小宋祁為第十

黄承事陰德人

尚書張詠守成都嘗夜夢詣紫府真君繼請到西門黄承事真君降階接之其禮甚恭揖張尚書坐承事之下夢覺莫知所謂明日問左右西門有黄承事否左右云有命召之戒令具常服來既至果如夢中見者即以所夢告之問平生有何陰德真君禮遇如此又坐吾上再三叩之不獲已承事云

別無他長惟每歲收成之時隨意出錢收糴米糧俟至來年新陳未接之際糶與細民價例不增升斗如故尚書嘆曰此宜居我之上也便兩吏扶之而拜世傳紫府眞君主天下神仙籍如張尚書黄承事亦皆在籍中而黄承事又居其上其子孫青紫不絕非賑濟陰德之大者所致然耶承事諱兼濟

修德果報

儒家言施報佛家言布施果報

其實一也佛言欲得穀食當勤耕種欲得智慧當勤學問欲得長壽當勤戒殺欲得富貴當勤布施布施有四一曰財施二曰法施三曰無畏施四曰心施財施者以財惠人法施者以善道教人無畏施者謂人及衆生當恐懼時吾安慰之使無畏或教以脫離恐懼使無畏心施者心雖不能濟物常存濟物之心佛以孝養父母亦爲布施是凡施於外者

皆為布施故為下而忠誠事上為長而仁慈安眾為師而謹於教導為友而誠於琢磨一言一語之間必期有益一動一止之際必欲無傷種種方便利物勿使有所損害皆布施也所為如此存心又如此後世豈得不獲富貴之報

[illegible]禪師名延壽丹陽人初為餘杭縣衙吏廚庫中錢幾半有司鞫之止是買放生用過不曾虧耗遞如

許也其罪當死臨刑顏色愉愉顧謂獄吏曰我在生放活萬萬生命今死去徑歸西方豈不樂哉錢王聞而奇之亟釋其罪遂為僧夜夢觀音以甘露灌其口慧性日明著萬善同歸集數百卷住持雪竇求明壽至九十八歲合掌坐化而終瘞于塔下有僧每日遶塔禮拜人問其故答曰我撫州僧也因病至陰府命未盡放還見殿角有僧畫像一軸閻王

自來頂禮余問之一叟云此杭州永明寺壽禪師也凡人死者皆經此處唯壽禪師不經此此處已在西方極樂世界上品上生王敬其人圖畫於此供養以此見好放生者經往西方又為陰府所重也如此

[illegible]

佛言五戒以殺戒為首佛言十業以殺業為首楞伽經云若一切人不食肉者亦無有人殺害衆生由人食肉

故屠者殺以人貪若能意捨不食是真修行堪受一切人天供養若於食肉未能就斷願且以漸次方便除去殺心或者不食四等肉一者曾見殺則不食二者曾聞殺則不食三者人皆為我殺則不食四者家所自殺則不食如是而戒既不廢常食且於衆生無殺害意至於蚤虱蚊蚋形體微小其遭殺受痛亦與牛羊一等勿謂微小便輕殺之至於些

一蛕蜂蝇偶然現前未曾傷人謂螫毒便
斬殺之至於籠養飛鳥禁閉走獸為其
音聲形狀可以悅吾耳目為我玩樂令
其憂愁又何不仁也若放之山林使得
自在何異罪囚得脫牢獄今日自戒矣
遂生慈心慈心既堅當世世無殺物之
害一身自戒則一家必不殺一家不殺
則一鄉必漸效之其為功利不可稱量
佛語無虛理又明白仁人君子幸垂聽

而無怨也縣令俞偉撰

[illegible]佛言受即是空受謂受苦受樂受一切受用也如食列數味放筯即空出遊觴從既到即空終日遊觀既歸即空又如為善事既畢其勤勞即空而善業具在為惡事既畢其快意即空而惡業具在若深悟此理則食可菲薄無過用殺害之冤債出可隨分無勞心苦人之煩惱遊觀可息無放蕩廢事之徵

在吾可勉為無愉怠因循之失惡可力戒無忿縱慾仇之罪余喜得此理願欲與人共之龍舒王日休撰

[illegible]

大藏經云人不殺得長命報如愛護物命及放生施食皆得長壽○神農本草云凡禽鳥飛投於人其口体內必有物中傷當與除其害而放之大獲吉利必享高年○仙經云人能一生起不殺心一切衆生見之不生恐怖○老

人云小兒嬉戲殺蝶蝗蟻蟲之類宜禁之非唯傷生亦幾其殺心長大不知仁恕〇里諺云畜雞害物命甚衆日食活蟲五百有七分半罪此說雖鄙俗然亦誠言之一端也〇老人云凡人於行住坐臥之間見一切衆生投身死地如蛾赴燭如蟲墮網如鳥罹被傷如螻蟻被踏之類方便救護使得生全此皆福壽長者之所當為也〇蘇東坡云余少不喜

殺亡然未斷也近年始能不殺猶羊然
性嗜蟹蛤故不免殺自去年得罪下獄
始意不免既而得脫遂自此不復殺一
物有見餉蟹蛤者皆放之江中雖無活
理然猶庶幾萬一便使不活亦愈於烹
煎也非有所求覬但已親經患難不異
雞鴨之在庖廚不復以口腹之故使有
生之類受無量怖苦爾猶恨未能忘味
食自死物也今日從者買一鯉長尺有

咫雖困尚能微動乃置水瓮中須其死食生即放之

[illegible]後漢東平憲王蒼顯宗母弟也上問處家何等最樂對曰為善最樂及蒼薨肅宗東巡幸其宮追感謂其子曰思其人至其鄉其處在其人亡肅宗大慟

[illegible]後漢楊寶華陰人年七歲因行至華山見一黃雀被傷墜地為螻蟻所困寶見而憐之因收於巾箱中採黃花

提攜之經旬日猶念曰去暮來忽一朝變為黃衣年少見寶下拜持玉環一雙贈之曰俾爾壽年九十三而終俾爾子孫四世為三公寶生震明帝時為太尉震生秉和帝時為太尉秉生賜安帝時為司徒賜生彪靈帝時為司空

[illegible]晉毛寶時年十二歲戲行於江口見漁人釣一白龜寶以錢贖之放之江中後二十餘年寶守邾城與石虎將

軍交戰戰敗投江脚如踏一石渡實至岸回首視之乃昔時所放白龜也長四尺餘迴至中流猶反顧有不忍去之意

[illegible]

蘇子瞻在元豐間赴詔下獄與其長子邁送食惟菜與肉設有不測當送以魚以此為候邁謹守逾月後委親戚代送誤以作鮓送之子瞻大駭憂不免於死乃就獄中作二詩有視飛湯火命如雞之句神宗聞而憐之事從

寛釋既而南行于瞻猶有憮意乃以阿彌陀佛一軸隨行人問其故答曰此余投西方見佛公據也及赦罪放免還家每見庖廚有活物即令人放之嘗有言曰吾得罪處囹圄何異雞鴨之在庖廚我今豈忍復殺彼之生命耶

[illegible]徐鉉竄邠州遂死其家挈孥以歸道出一邑時索湘為邑宰忽一官自稱江南放叟徐鉉來謁曰僕

有必懇僕在江南為學士時嘗為人以一寶帶授執政奕一獄雖事不枉法然不免以贓名汚身今旅寬過海帝廟下恐不為帝所容君為邑宰廟籍鄉版皆隸於君君為吾謝之帝必難拒言訖不見渊感其誠乃為禱謝杯丹果無纖澗震薄暮飲復來謝舍旨歘然而去以此知受賍枉法者無所容於天地之間

[illegible]報 有二官員以前程求

夢於京師二相廟一人夢持簿者以簿示之云此乃公同行前程也視之自小官排至宰相仍有以朱勾之者問曰勾之者何也曰這人愛財暗昧不義取一項此間即勾項若志改過尚可至監司其人聞之更不妄取後果作監司

[illegible]

劉承勳事江南為德昌宫使李氏金帛多在德昌文簿淆亂不可鉤考劉既專宮事乃盜用無算侍

妾數百富於一時及李氏歸朝劉失職破敗晚年乞食街中凍餓而死方富貴時安知有今日事大抵食君之祿而又剝割公帑宣撫遠大故死有餘責而殃及子孫者多矣

[illegible]有臨陌海太守見配崖州人例以三百為率過其數則推先到者於海乃奏白於朝云所以不殺而宥之遠方欲生之也今推之於海是復

殺之矣不若量移先到者入內地以彰朝廷不殺之德上亦感悟遂可其奏此太守無子一日忽設香案作拜以手於案上若取物置於懷中狀凡五次人問之曰天帝以我活人以五小盤盛五男子賜我後果生五男皆登第以此知仁人之吉其利溥而造物厚其報

[illegible] 周世宗性慘急果於殺戮有忤旨者戮仁溥皆歸罪於己以營

救之賴以全活者十七八人淮南之役所獲敗卒凡千人仁溥從容自以隸軍鋒刃之下無横死者魏雖起自刀筆終能致位丞相與夫歸罪於人以逃責者豈不相遠其貴顯宜哉

曹彬攻金陵與諸將焚香為誓曰克城之日幸無妄殺一人明日城下按堵如故曹翰克江州忿其城不下屠之而彬之子至今貴盛翰死

未三十年子孫有乞丐於海上者夫二將成功雖一然用心相遠故其報亦異

[illegible]

文光讃父自少至老無殺無狀訟事以宿因問曇相禪師師曰汝父前生本寫詞狀人故今反受其報光讃懇求赦免師教以紙糊竹篚為桎梏令自囚二日然後為作懺悔姑録之以為教唆者戒

[illegible]

程仁覇攝本州録參

眉山有盜蘆菔根者所持刀誤傷主人尉幸賞以刼聞獄掾受賕掠成之公知其冤謂盜曰爾訴冤吾為直之盜果稱冤遂移獄公直其事而尉掾爭不已復移獄竟論殺盜公因罷歸掾尉皆暴死後三十餘年晝日見盜拜庭下曰尉掾未伏待公而決前此地府欲召公暫對我叩頭爭之曰不可以我故驚公今公壽已盡我為公荷擔而往暫時即生人

天子孫壽祿朱紫滿門矣公沐浴衣冠
就寢而卒東坡幼時聞此言已而其外
祖父壽九十舅氏貴顯壽八十五曾孫
皆仕有聲同時為監司者三人元孫宦
學益盛而尉掾之子孫微矣或謂盜德
公之深不忍煩公暫對則可矣而獄久
不決坐上者瘐之亦因以咎尉掾歟希
賞而害人者不可不戒

[illegible]

王清化修西太一宮者

古塚在其北欲毀之一道士再三乞不毀清化遂止是夕其道士感一大官召謝之不數日遂賜紫人有平夷塚墓以廣園宅者豈獨無禍

享用大侈有錢報 孫承祐吳越王妃之兄貴近用事每一小飲殺命數萬取鯉魚腮肉為臛坐客數十皆足圈鹿數百麅人不暇斷喉旋割取鮮腴以供饌一飧羨凡二十品設十銀鑊構火以次薦之

王常以大片生龍腦十斤賜承祐承祐
對使者索大銀炉作一聚焚之曰聊以
祝王壽及歸朝為節度使俸入有節無
復向之豪侈然臥内每夕焚燭二炬燃
龍腦二兩延范陽頓城下鱠魚召諸帥
食水陸咸備性嗜魚作二黑漆大木斛
貯水養魚令役夫擔負以從但取恣口
腹不計其費死不數年子孫皆乞丐多
餓死者楊文公手記其事因録出以為

豪後者戒

裴度屢黜場屋相者謂曰公形神稍異若不貴必餓死公一日遊香山寺見一婦人致緹緇於僧伽欄楯之上祈禱良久不取而去公知其忘追之不及待亦不至公携以歸還明復往候之其婦人果來公問其故婦人曰父以罪被繫昨告人得一玉帶二犀帶以賂津要不幸失去不測之禍父無所逃矣公

遂還其物婦人願留半公亦不受後數年相者見之大驚曰公陰德及物前程萬里非吾術之所能知也向使貪者得之必有歉然不滿之意詎肯舉而還之耶識亦人所罕能者

[illegible]之吉報

劉湛家大富相者謂曰更三年子大期至矣劉湛恐後因嫁女來從嫁得一妾極姝麗名蘭孫語其家世乃洛人父宦淮西以吳寇家被

俘掠劉太息曰是君置於使令之列耶

先其女嫁之是夜夢一綠衣襆頭者謝

曰予蘭孫父也荷德無以報聞公短壽

當爲力請于帝數日復夢曰予不佞帝

口許與公延二十五年壽富及三世後

果如言蓋男女之有室家者人之大倫

劉能不以姝麗動意捐財嫁之世之富

民肯如是乎

當官任殺罹惡報

孫奮作諸科考試官誤

落一尚書學究對八通誤作粗通既落之後其人陳詞考試官及將議申覆果誤落也遂別出難題時科十二人皆不能對乃俱落之後裴湘病絕而復蘇曾魯公往省之湘曰此至陰司見孫覔相揖云為誤落舉人見追尚未對定魯公稱之不數日孫覔果卒此可為後來試官㳟囟訛謬任私意而不行公道者戒蓋朝廷取士容可私耶

[illegible]李紀好殺生善彈射其父知巴州日紀設網於廨圍登樓伺之忽見群鵶觸網紀甚不及履徒跣赴之忽為臣判所傷坐此遂死已而復生謂一家人曰我至陰司主者責我曰衆生於汝何負而汝殺之汝本厚祿沒壽以殺生多今皆削盡矣當歷諸獄告人謂殺生無害可乎

[illegible]呂世雍至陰司見

司徒其冥一次判地獄簿書斥世
吏曰汝在生嘗手殺牛三百七啖犬
肉今當償矣世庠曰食犬有之而牛實
未嘗殺汝詐曰汝為里正里中殺牛而
汝不禁與汝殺何異姑還警世越明年
復至嗚呼以不禁殺牛而坐殺牛之罪
有官君子其可不知好與人判牛狀者
亦不可不戒

異現奇物幽冥陰錄李氏家老奴子秋婆

久病無生意一日殊絕復蘇自言至一處有兩隻大船皆滿盛遺棄之物不潔之水一鬼在傍逼令呷之且曰此汝平生所耗之物豈容不呷秋婆不得已強呷不數口已覺腹滿驚悸復蘇言訖而斃世之婦婦耗費人物豈顧死後幽冥之戮耶

貧窮鬼出窮不去

劉伯龍以家貧將營什一之利忽一鬼在傍撫掌大笑劉曰貧窮

豈有命耶不然何以為鬼所笑也蓋世間財物去留不常命當有之身自不勞苦分合貧薄則終無所成若分外營求皆是妄念安得不為鬼笑

缺[illegible][illegible] 李丞相沆厭僧利世務罕以嬰心所居陋甚不以爲意堂前藥欄壞亦不問其夫人戒守者勿葺以試沆沆終不以言夫人曰藥欄壞亦不問何也沆笑曰安可以此動吾一念哉又請治第

沉曰身食厚祿時有横賜固可營辦但佛家以此為缺陷世界我安得皆圓滿如意必求稱足耶終不聽臨終沐浴就臥而化時大暑七日方殮絕無腐氣此可見公履賤然令士夫鮮有不以外物動其念者

[illegible]丹陽縣令楊開性暴横果於決責與門下客楊詢寂相得每事必以訪詢詢明知其非不敢有所忤意但一

切讚嘆盛美而已淵一日秉怒盛暑中杖公吏及因繫者四十餘人二人死詢循盛稱其快後詢夢至一處金紫者譴之曰成楊開之惡者汝也楊開之罪當坐於汝無所逃也不數日果中惡疾而斃此佛書所以讚嘆人為惡者也

殺過惡殺得過否

王韶晚年頗悔取熙河將事嘗遊金山寺以因果問衆長老皆言以王法殺人如舟行壓殺螺蚌自

是無心韶猶疑之時有才景純者比韶為前輩亦學佛多在金山忽一日與韶遊逝于長老坐間韶復舉前話以問衆答如初才獨無語韶曰十八丈以為如何才曰但打過得賢心下否韶曰不知十八丈以為打得過否才曰以某所見賢打過不得曰何以知之曰若打得過自不問也韶亦不自安後數歲發背終目闇眼醫者告之曰看病亦當看眼色

樞密試開眼看韶曰安敢開眼斬頭截脚人有訴多在前月餘病劇遂卒韶未發背前涇原知縣王直溫一夕已就寢矣中夜有人叩衙門甚急曰請知縣斷遣一公事直溫起燃燭坐廳明見一吏抱文案并見數卒領一罪人至白直溫曰奉天勅令知縣斷此王韶公事直溫熟視罪人頗疑肥矮其吏宣判將王韶決脊杖配洪州斷訖直溫復寐忽驚

竟問其妻曰我曾起否妻曰爾睡甚決不曾出直溫曰豈乃夢耶語不復道明日以韶名字問人或曰今樞密使乃王韶亦殷肥矬矮外無有者直溫異之未幾果聞王韶罷樞密謫官洪州發背而卒異哉

羅鞏大觀間遊太學有神祠甚靈鞏每以前程祈禱一夕夢神告之曰子已得罪於冥司亟歸鞏曰

其生平無大過惡顧聞獲罪之由神曰子無他過惟父歿久不能葬因某尚有兄何獨獲罪神曰了為儒者明知禮義于兄碌碌不足責也某竊免大恐是年果卒如此則葬可緩乎竊送死人之大事停喪不葬子之罪也豈得安哉勸善錄畢

省心雜言

草廬吴先生曰是編可以警悟人心可以

扶樹世教藹然君子之言也書無作者姓名遡其所自謂和靖處士林逋君復之書也繼後恬庵何氏選旨意相類者兼附之云○費用不節財何以豊民不蘇國何以安○飽藜藿者鄙膏粱樂貧賤者薄富貴安義命者輕死生遠是非者忘臧否○不欺闇室者豈欺其心乎不愧屋漏者肯愧於人乎不欺其心無愧於人庶幾君子矣○飽肥甘衣輕煖

不知節者損福虧積聚賦富貴不知止
者殺身○人以巧勝天天以直勝人○
小人詐而巧似是而非故人悅之者衆
君子誠而拙似迂而直故人知之者寡
○少不勤苦老必艱辛少能服勞老必
安逸○憂國者不顧其身愛民者不固
其上○人有過失己必知之己有過失
豈不自知喜是非者檢人畏憂患者檢
身○誠無悔恕無怨和無仇忍無辱○

為子孫作富貴計者十敗其九為人作善方便者其後受惠○以愛妻子之心事親則無往不孝以保富貴之心事君則無往不忠以責人之心責己則寡過以恕己之心恕人則全交○張飽帆於大江驟駿馬於平陸天下之至快反思則憂慮不净之地乗獨後之馬人或我嗤樂莫大焉○以德遺後者昌以禍遺後者亡謙柔卑遜者德之餘強忍姦詐

者禍之始〇利心專則背道私意確則
滅公〇家不和然後見孝子國不亂無
以見忠臣如是孝子忠臣不容見於治
世也僕切疑之有人能克諧六親欽順
父母家不使不和莫大之孝也有人能
引君當道將順正救國不使之亂莫大
之忠也〇婦人悍者必淫醜者必妬士
大夫繆者忌險者疑必然之理也〇貴
千金為一瞬之樂孰若散凍餒幾千百

人處耿軀以廣厦何如底寠士於一席之地乎○知足者貧賤亦樂不知足者富貴亦憂○寶貨用之有盡忠孝享之無窮○好名則立異立異則身危故聖人以名為戒○內睦者家道昌外睦者人事濟不護人短不罔人急非仁義也○心不清則無以見道志不確則無以見功○結怨於人謂之種禍捨善不為謂之自賊輕諾者信必寡面譽者背必

非孝於親則子孝欽於人則衆欽聲色者敗德之具思慮者殘生之本○廣積聚者遺子孫以禍害多聲色者殘性命以斧斤欲去病則正本本固則病可攻藥石可以效欲齊家則正身身端則家可理誠令可以行固其本端其身非一朝一夕之事也立身之道內剛外柔肥家之道上遜下順不和不可以接物不公不可以馭下○壽夭在天安危在人

知夭理者夭或可壽忽人事者雖安必危○口腹不節致疾之因念慮不正殺身之本驕富貴者慽慽貧賤者休休所以晏公千駟不如顏子之一瓢也○外事無大小中慾無淺深有斷則生無斷則死大丈夫以斷為先○勢不可使盡福不可享盡事不可做盡言不可道盡○人非賢莫交物非義莫取忿非善莫舉事非見莫說○謹則無憂忍則無辱

靜則常安儉則常足○道行則功濟天下道不行則獨善一身修身莫若敬避强莫若順○誡酒後語忍食時嗔忍難忍事順自强人○不肖之子志在遊蕩身在屋下心在屋上○偽賈?亂虞?倩?農欺田誤夫撓邪害馬汚群○拙製傷錦妄用破家○優游之所勿久戀得意之所勿再往○鞠躬便辟不足為恭悲號涕流不足為哀與?衣糲?食不足為儉○

欺人者不放過人必知之處人者益久人益信之○稠人中不可議人短長恐有其親厚者○盛喜中勿許人物盛怒中勿開人簡○欲成家置兩犁欲破家置兩妻○入用財試金用火試○小人做債似拾得還債似着賊○看經未為善作福未為願莫若當權時與人行方便○見事莫說問事不知閑事莫管無事早歸○飲卯時酒一日不快活○多

置寵一生不快活○至樂莫如讀書至要莫如教子○至富莫如蓋屋至窮莫賣田○子孝雙親樂家和萬事成○不作皺眉事應無切齒人○惜智不談○坐久主勞○隣里欲高墻親情欲遠方○城門失火殃及池魚○人將語探水將杖探○勤儉常豐至老不窮○晚食當肉緩步當車無罪當貴無災當福○知足常足終身不辱知止常止終身不耻

○大厦千間夜臥八尺良田萬頃日食二升○家欲成看後生○讒臣亂國妒婦亂家○欲要覓先了官○孝順田五逆園○富因吃惜許貧為不爭多○人可欺天不可欺○人可瞞天不可瞞○逢人只說三分話未可全抛一片心○門內有君子門外君子至門內有小人門外小人至憫人之凶樂人之善濟人之急救人之危○詈人而不答必有所

答〇守口如瓶防意如城〇信者行之基行者人之主人非行無以成行非信無以立〇人間私語天聞若雷暗室欺心神目如電〇貪利者害己嗜欲者戕生肆傲者納侮諱過者長惡〇言而無益不若勿言